



AFRONTAMIENTO PSICOLOGICO EN EL SIGLO XXI

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO, SALUD Y PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN EL CICLO VITAL

Margarita Gozalo Delgado

TU, Dpto. de Psicología y Antropología. Universidad de Extremadura
mgozalo@unex.es

Rafaela Díaz Villalobos

TEU, Dpto. de Psicología y Antropología. Universidad de Extremadura

Fecha de recepción: 12 de enero de 2012

Fecha de admisión: 15 de marzo de 2012

RESUMEN

La Actividad Física y el Deporte son consideradas como una fuente de salud y bienestar personal y, como tales, en las últimas décadas se han desarrollado importantes esfuerzos para introducirlos en los hábitos cotidianos de toda la población. Sin embargo, todavía hoy amplios colectivos de mujeres siguen experimentando la presencia de barreras y dificultades en sus intentos de acceder a la práctica deportiva. Estas dificultades dan lugar a lo que la OMS denomina *inequidades*, afectan a las mujeres en todas las etapas de su vida y tienen un origen claramente social y cultural. Su presencia en la infancia y la adolescencia es sutil y difícilmente detectable ya que son transmitidas por el entorno social del niño/a, incluso por la propia familia. El objetivo de este trabajo es desarrollar un análisis de las mismas y de cómo influyen en la práctica deportiva en las distintas etapas del desarrollo y, por último, su incidencia en la salud y en la calidad de vida de las mujeres adultas y mayores.

Palabras Clave: Género, Actividad Física y salud, Estereotipos de género, ciclo vital.

ABSTRACT

Physical Activity and Sport is regarded as a source of health and personal wellbeing and as such, in recent decades have been developed strong effort be to introducing them into the daily habits of the entire population. However, still large groups of women continue to experience the presence of barriers and difficulties in their attempts to access sport. These difficulties give rise to what the WHO called inequities affecting women at all stages of their life and have a clear social and cultural origin. Their presence in childhood and adolescence is subtle and hard to detect because they are transmitted by the social environment of the child, even, by the family. The aim of this work is to develop an analysis of them and their influence on the sport at various stages of development and, finally, their impact on health and quality of life of adult and older females.

Keywords: Gender, Physical Activity and Health, Gender stereotypes, Life Cycle.



ESTEREOTIPOS DE GÉNERO, SALUD Y PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN EL CICLO VITAL

1. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE: PERSPECTIVA DE GÉNERO.

La Actividad Física tiene un gran potencial a la hora de incrementar el sentimiento de control y de competencia en las mujeres. Les ofrece la oportunidad de desarrollar fuerza y confianza, luchar por la excelencia, comprometerse con metas y ponerse a prueba en la competición. Sin embargo, la mujer ha tenido y tiene dificultades para participar activamente en el deporte tanto competitivo, como no competitivo. Para potenciar su participación, en la I Conferencia Internacional de Mujer y Deporte (1994) se elaboró la *Declaración de Brighton* que propone objetivos y principios orientados a fomentar la equidad y la igualdad en el Deporte en diferentes ámbitos. Periódicamente, las Conferencias del Grupo Europeo sobre Mujer y Deporte, estudian nuevas estrategias de actuación para incrementar la implicación de las mujeres en el deporte. El referente normativo, en nuestro país, se encuentra en la Ley Orgánica para la Igualdad efectiva de mujeres y de hombres (22 marzo de 2007) que, en su artículo 29, alude a la promoción del Deporte femenino, a través de programas específicos, en todas las etapas de la vida y a todos los niveles, incluidos los de responsabilidad y decisión.

A pesar de que la práctica de la Actividad Física aporta claros beneficios para la salud, en todo el ciclo vital, numerosos factores sociales vinculados a diferencias de género (la doble jornada, el rol de cuidadoras, etc.) pueden provocar dificultades a las mujeres en su acceso a determinados recursos. A estas dificultades se las ha denominado “barreras sociales”. Cuando estas diferencias se convierten en desigualdades, corresponden a lo que la OMS denomina *inequidades*, porque son innecesarias, evitables e injustas. Estas diferencias de género afectan a las mujeres en todas las etapas de su vida y tienen un origen claramente social y cultural. El objetivo de este trabajo es desarrollar un análisis de las mismas y de cómo influyen en la práctica deportiva en las distintas etapas del desarrollo.

2. LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN EL DEPORTE.

Desde los años 80, los estudios de género en psicología han dejado de preocuparse por buscar diferencias en variables intelectuales y afectivas y han empezado a prestar atención a los roles de género y los estereotipos. Eleanor Metheny (1965) desarrolló un estudio pionero sobre los estereotipos en el campo de la actividad física y el deporte y sobre la aceptabilidad social de las diferentes actividades deportivas como propias de hombres y de mujeres.

Entre los trabajos más relevantes, desarrollados en España podemos citar el de Vázquez (1993) y su continuación en el del Instituto de la Mujer (2006), sobre las actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas. Ambos estudios abordan la persistencia de los estereotipos de género y la participación femenina y masculina en el conjunto de actividades físico-deportivas. Sus conclusiones indican que los estereotipos se mantienen definiendo el tipo de deporte que “debe hacer” la mujer y siguen manifestándose a favor de los deportes femeninos tradicionales. En el cuadro 1 se describen otros estudios desarrollados en nuestro país.

2. Las primeras influencias sobre la percepción del género en el deporte.

Los medios de comunicación constituyen una fuente importante de influencia sobre los estereotipos de género asociados a la Actividad Física y el Deporte (Durán y Pardo, 2006). Cada niño que empieza a practicar un deporte conoce el nombre de un gran número de deportistas, los ve en televisión compra los productos que anuncian, etc. Cuando las niñas ven los mismos programas deportivos tienen más dificultades para identificar modelos femeninos, ya que la televisión concede



AFRONTAMIENTO PSICOLOGICO EN EL SIGLO XXI

Cuadro 1. Estudios desarrollados en España sobre Actividad Física y Deporte asumiendo una perspectiva de género.

Autores y fecha del estudio	Temática
Macias y Moya (2003)	Variables predictoras de la conducta deportiva, en mujeres adolescentes.
Fernández (2007); Fernández, Sánchez y Salinero (2008).	Barreras apreciadas por las adolescentes para iniciar o mantener su práctica deportiva.
Sánchez Bañuelos (1996) Cantera y Devis (2002) Fernández Contreras, Sánchez y Fernández-Quevedo (2003) Veiga (2004).	Relaciones entre género y salud, tanto percibida como valorada. En este grupo de estudios se comprueba cómo la percepción de la salud decrece paulatinamente, en función de la edad de las adolescentes.
Camacho (2005); Camacho y Fernández (2007).	Influencia del tipo de deporte o actividad practicada en la satisfacción con la imagen corporal.
Fernández (1995)	Se centra en la Formación Inicial del profesorado para la Educación Primaria.
Girela (2004)	Estudia los mismos aspectos en la Educación Secundaria.

poco espacio al deporte femenino. En la mayor parte de los casos las deportistas más mediáticas practican algunos de los deportes considerados propios de mujeres en los estudios de Metheny.

La escuela es otro agente de su transmisión de valores y, mediante sus actuaciones educativas, puede convertirse en un soporte de la igualdad de oportunidades entre ambos géneros. Aunque en la aulas de Educación Física existe un amplio colectivo de profesores interesados en la coeducación, todavía se observan muchas prácticas educativas inadecuadas que se limitan a reproducir los estereotipos más tradicionales.

La influencia de los padres Smoll (1991) describe un triángulo de influencias sociales que reciben niños y niñas en etapa de iniciación deportiva, conformado por padres, entrenadores y compañeros de equipo. Vamos a centrar nuestro interés en la influencia de los padres y madres, por ser la más importante en los primeros acercamientos del niño/a a la actividad deportiva.

Para acceder a la práctica de un deporte, los niños deben contar con la complicidad de sus padres. Según Eccles, Wigfield y Schiefele (1998) los padres actúan como intérpretes y promotores de las experiencias deportivas de sus hijos/as, ya que les ayudan a *interpretar* sus vivencias y les envían mensajes sobre la importancia del éxito y el valor de su participación en este ámbito. *Actúan como promotores* cuando les inscriben en cursos, les compran materiales deportivos, etc.

Detrás de estas conductas de los padres, se encuentran sus actitudes, valores y creencias sobre la práctica deportiva. Será más probable que los padres favorezcan la participación de su hijo en una modalidad deportiva si consideran que ésta es beneficiosa para él/ella y que se adapta a sus características. Su influencia es mayor cuando los niños son pequeños y menor cuando el niño crece y

**ESTEREOTIPOS DE GÉNERO, SALUD Y PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN EL CICLO VITAL**

aparecen los mecanismos de comparación social. Al llegar a la adolescencia, las opiniones del entrenador y los iguales tendrán un mayor protagonismo.

Las creencias de los padres y madres pueden influir en el comportamiento de sus hijos, puesto que van acompañadas de determinadas conductas o expresiones emocionales que el niño puede percibir e interpretar. Muchos padres tienden a percibir la competencia físico-deportiva del niño/a, en función del género. Según Eccles (2005; Eccles et al., 1998; Fredricks y Eccles, 2004) los padres tienden a valorar más las actividades físicas y deportivas desarrolladas por sus hijos que las de sus hijas; a apoyar su y a percibir una mayor competencia deportiva en sus hijos que en sus hijas. En el Cuadro 2, podemos ver algunos comportamientos de los padres relacionados con sus estereotipos de género.

Cuadro 2. Creencias y valores de los padres respecto a sus hijos y su relación al género.

TEMÁTICAS	RESULTADOS	ESTUDIOS
Percepciones de chicos y chicas sobre el apoyo que reciben por parte de sus padres en relación a su actividad deportiva	Los propios chicos perciben que son más apoyados por sus padres que las chicas	Welk, Woods y Moors, (2003).
	Los chicos que hacían gimnasia percibieron más comportamientos de apoyo de sus padres que las chicas	Weiss y Hayashi (1995)
Percepción de restricciones a la práctica	Las chicas percibieron más restricciones hacia la participación deportiva, por parte de sus padres.	Coakley y White (1992)
Diferencias en la percepción de competencia física y atlética	Chicos y chicas, mostraron diferencias en la percepción de competencia física y en el valor que le otorgaban a su participación en la actividad física y deportiva.	Brustard, 1993; Fredricks y Eccles, 2005; Wigfield, Eccles, Yoon, Harold, Arbreton y Freedman-Doan, 1997).

Afortunadamente, no todos los padres se adhieren en la misma medida a los estereotipos de género sino que existen diferencias entre ellos (Eccles, Jacobs y Harold, 1990; Fagot y Leinbach, 1993). Los padres que se rigen por un fuerte esquema de género, pueden considerar que los chicos tienen de forma "natural" más facilidad para la práctica deportiva que las chicas, mientras que los más flexibles, se fijan en más en las habilidades y preferencias del niño/a.

Eccles y col (1990) encontraron que las madres que asumían un fuerte estereotipo de género pensaban que sus hijas eran menos hábiles en deporte y matemáticas. Posteriormente, las hijas de estas madres, se percibían menos competentes en estas materias. Jacobs y Eccles (1992) también encontraron esta misma relación entre la percepción de competencia deportiva del niño/a y los estereotipos de género de las madres. En este caso incluyeron una evaluación externa del profesor sobre la habilidad de los niños, concluyendo que las madres sometidas a estereotipos de género tienden a sobrestimar la competencia deportiva de sus hijos y a subestimar la de sus hijas.

Katz y Ksanskak (1994) se centraron en niñas que asumían conductas asociadas al *rol de género masculino*. Observaron que el grado en el que niños y niñas eran apoyados por los padres en su implicación en actividades propias del sexo opuesto, se vinculaba con las tendencias del niño a desarrollar los esquemas flexibles de género en su elección de carrera y otras actividades. También comprobaron que los estereotipos de género exhibidos por el padre, son más decisivos que los de la madre en la percepción de la habilidad deportiva de las chicas.



AFRONTAMIENTO PSICOLOGICO EN EL SIGLO XXI

3. GÉNERO, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA ADOLESCENCIA.

Para muchas adolescentes, la participación en programas deportivos supone un incremento de su autoconcepto y de su sentido de competencia física que, a menudo, se traslada a otros aspectos de su vida. Sin embargo, la participación de las adolescentes en la Actividad Física es tan escasa que se las considera como un grupo de atención especial (Pieron, 2001). También es preocupante su alto nivel de abandono de práctica de Actividad Física en edades muy tempranas (Sallis y Patrick, 1994; De Knop, 1996). Aunque se trata de un tema de interés, pocos estudios asumen una perspectiva de género.

a. Diferencias en las motivaciones para la práctica. Weinberg, Burton, Yukelson y Weigand (2000) desarrollaron un estudio transcultural en EEUU; Australia y Nueva Zelanda, constando las siguientes diferencias de género: los varones puntuaron más alto en motivos competitivos extrínsecos y de reconocimiento social y las chicas en motivaciones relacionadas con el *fitness*, la diversión y el trabajo en equipo.

b. Diferencias en competitividad: Se piensa que los chicos son más competitivos que las chicas, sin embargo, distintos estudios han indicado que las diferencias entre ambos son pequeñas e inconsistentes. Gill (1993) examinó las diferencias de género en competitividad, "orientación a ganar" y "orientación a meta". Según sus resultados, las diferencias entre grupos de atletas y de no atletas o entre muestras de atletas de distintas especialidades resultaron ser mayores que las diferencias de género observadas.

c. Diferencias en la percepción de habilidades deportivas Eccles, Barber, Jozefowick, Malenchuk y Vida (1999) consideraron que las diferencias de género en autopercepción fueron mayores de lo que se hubiera esperado a partir de mediciones objetivas del desempeño. Además encontraron mayores diferencias entre la percepción de competencia y la competencia real en el ámbito deportivo que en otros ámbitos.

d. Diferencias en la asunción del rol de género. Miller, Sabo, Farrell, Barness y Melnick (1999) observaron que las chicas que participaban en actividades deportivas tenían menor riesgo de embarazos en la adolescencia. Según su interpretación, participar en actividades deportivas contribuía a una menor identificación con los estereotipos de género y a desarrollar más recursos sociales y personales a la hora de enfrentarse a las relaciones sexuales (más información, mayor uso de contraceptivos...). En el caso de los chicos, practicar deporte les hacía estar más predispuestos a asumir los patrones de conducta asociados típicamente masculinos.

e. Diferencias en las prioridades. Coakley y White (1992) entrevistaron a un amplio grupo de adolescentes, acerca de los factores relacionados con su participación en la Actividad Física y observaron una diferencia de género bastante importante. En el caso de las chicas que tenían pareja, la relación era lo primero y la actividad física lo segundo y estaban más dispuestas a sacrificar sus actividades para adaptarse a las de su pareja. Para los chicos, su actividad deportiva estaba primero y no solían modificar sus actividades con su pareja.

f. Diferencias en la Imagen Corporal. Las adolescentes deportistas no están al margen de las presiones sociales sobre la imagen corporal. Al contrario, están bajo presión por dos motivos: ser mujeres y ser deportistas, especialmente en aquellas especialidades deportivas en las que se valo-



ESTEREOTIPOS DE GÉNERO, SALUD Y PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN EL CICLO VITAL

ra la estética y la delgadez, como la danza o la gimnasia, o en las que las categorías se establecen en función del peso. Esta presión adicional no sólo incrementa el riesgo de sufrir trastornos de la alimentación, también, puede influir negativamente sobre el autoconcepto de la adolescente y su bienestar subjetivo y conducir las a desarrollar hábitos de alimentación inadecuados. En este sentido, la figura del entrenador tiene una gran importancia, como agente social y como fuente de influencia respecto al establecimiento de hábitos sanos de alimentación y evitando la presión sobre el control del peso.

4. EL DEPORTE EN LA ETAPA ADULTA: MUJER Y DEPORTE.

El pasado siglo XX se ha caracterizado por un gran avance en cuanto al papel de la mujer en la sociedad. El ámbito deportivo ha sido uno de los más difíciles de conquistar y todavía son pocas mujeres las que desarrollan un hábito de práctica deportiva hasta la etapa adulta. Según Vázquez (1993) su participación es menor tanto en el deporte competitivo como en la actividad física no competitiva.

En lo que se refiere al **Deporte competitivo** los valores del deporte se oponen al estereotipo burgués femenino del siglo XIX, muy arraigado entre hombres y mujeres, en todos los sectores sociales. De esta forma, en la línea de los estudios de Metheny (1965) se observa que existen diferencias entre deportes "adecuados" o deportes "de clase" como el golf o el tenis y/o deportes que "disimulan el esfuerzo con su carga estética: como tenis, gimnasia y patinaje y otras modalidades deportivas "inadecuadas", entre las que se incluyen los deportes de contacto, los fuertemente competitivos, los que pretenden marcas, etc.

Respecto a la **Actividad Física no Competitiva**, el movimiento "Deporte para todos" que, en los años 70, movilizó a grandes masas de población en los países desarrollados, no tuvo mucha repercusión en la incorporación femenina. Según Hargreaves (1993) debido a la identificación entre deporte y masculinidad y a la vinculación del deporte al tiempo libre. El "derecho" al tiempo libre se consigue en oposición al trabajo "productivo" y no al "reproductivo". En lugar de suponer una liberación para la mujer, el ocio de marido e hijos incrementa su propia carga de trabajo. Su tiempo se convierte en un tiempo "discontinuo". Tampoco debemos olvidar que la doble jornada, supone que las mujeres que trabajan dentro y fuera del hogar lo hacen hasta 12 horas diarias. La escasez de instalaciones, programas adaptados a sus intereses, horarios, recursos económicos...La dificultad para conciliar con el cuidado de hijos y familiares dependientes y, en muchos casos, la falta de autoeficacia, hábito y autoconcepto físico negativo suponen auténticas barreras para el ocio, en general, y la práctica deportiva, en particular.

5. ENVEJECIMIENTO SALUDABLE.

Un hecho significativo del siglo XX ha sido la ampliación de la esperanza de vida. La esperanza de vida de la mujer, en los países desarrollados, supera la de los hombres entre 5 y 9 años. Sin embargo, según autores como Valls-Llobet (1991) aunque las mujeres viven más que los hombres, lo hacen sufriendo con mayor frecuencia enfermedades crónicas o discapacitantes. Muchas de ellas se relacionan con los estilos de vida y con situaciones especiales vinculadas al género: el estrés, la pobreza, la precariedad de algunos empleos y de sus condiciones de trabajo, la distribución desigual de las cargas familiares, la falta de acceso a la información, la violencia de género, etc.

Hasta hace pocos años, los estilos de vida de las mujeres eran más saludables que los de los varones, especialmente en factores como el estrés, el consumo de alcohol y tabaco, los accidentes de tráfico y laborales, etc. En el momento actual, los estilos de vida se están equiparando en sus



AFRONTAMIENTO PSICOLÓGICO EN EL SIGLO XXI

aspectos negativos y a estos factores se suman otros como la “doble jornada” femenina y su mayor nivel de sedentarismo a lo largo de casi toda la vida... situaciones que suponen una amenaza para la salud de las mujeres. Por otro lado, los estereotipos de género llegan hasta las últimas etapas de la vida y se suman a los relacionados con la edad (el edadismo). Según Feixas (2004) se percibe al anciano como dependiente y receptor de cuidados, cuando, en muchos casos, son ellos los que sostienen a otros miembros de su familia y ofrecen su ayuda a hijos y nietos. Esta visión es más injusta y llamativa en el caso de las mujeres, que asumen en mayor medida el rol de cuidadoras y que, sin embargo, son percibidas mucho antes como mayores y dependientes en nuestra sociedad.

6. A MODO DE CONCLUSIÓN

A partir de la IV Conferencia Mundial de la Mujer de Pekín (1995), la OMS ha situado la reducción de las desigualdades por razón de género, en general, y de las desigualdades de género en salud, en particular, entre sus prioridades, instando a los gobiernos para que tomen las medidas necesarias para abordarlas. A partir de esa fecha, muchos de sus Estados Miembros, entre ellos España, han firmado acuerdos internacionales que reconocen el género como factor determinante de la salud.

Entre dichos acuerdos figura la Declaración de Madrid (firmada por 28 países europeos, en el año 2001) que reconoce la necesidad de avanzar en los compromisos internacionales a partir de la premisa de que mujeres y hombres tienen el mismo derecho al desarrollo de su salud. Para conseguir los mejores niveles de salud, es necesario que las políticas sanitarias y los agentes sociales reconozcan que mujeres y hombres, debido a sus diferencias biológicas y a sus roles de género, tienen necesidades, obstáculos y oportunidades diferentes.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andalucía en Salud: Planes y Estrategias Documento electrónico descargado el 27/2/2011.
http://www.juntadeandalucia.es/salud/channels/temas/temas_es/P_2_ANDALUCIA_EN_SALUD_PLANES_Y ESTRATEGIAS/guia_genero_planes.
- Brustard, R.J. (1993). Who will go out and play?. Parental and psychological influences on children's attraction on physical activity. *Pediatrics Exercise Science*, 5, 210-233.
- Camacho, M. J. (2005). *Imagen corporal y práctica de actividad físico-deportiva en la adolescencia*. Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid.
- Camacho, M. J. y Fernández, E. (2007). Body Image and Type of Sport in Spanish Adolescent Girls, en J. Alves, F. Carreiro Da Costa y M. Onofre, *Active lifestyles: the impact of education and sport*. Proceedings. AIESEP 2005 World Congress. Universidad Técnica de Lisboa, Edições FMH, Lisboa, 285-292.
- Cantera, M. A. y Devís, J. (2002). La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar. Implicaciones y propuestas a partir de un estudio realizado entre adolescentes. *Apunts Educación Física y Deportes*, 67, 54-62.
- Carta Europea del Deporte, en el trabajo del Consejo de Europa en materia del deporte 1992-1993, Vol III, sec. 1. Madrid: CSD.
- Coakley, J. y White, A. (1992). Making decisions: Gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 9(1), 20-35.
- Colley, A., Roberts, N. Y Chipps, A. (1985). Sex-Role Identity, Personality and Participation in Team and Individual Sports by Males and Females. *International Journal of Sport Psychology*, 16 (2), 103-112.

**ESTEREOTIPOS DE GÉNERO, SALUD Y PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA MUJER EN EL CICLO VITAL**

- Comisión Mujer y Deporte (2007). *Estudio mujeres en los órganos de gobierno de las organizaciones deportivas españolas 2002-2006*. Madrid: COE.
- Consejo de Europa (1995). Manifiesto europeo sobre jóvenes y deporte, en Boletín de información deportiva, nº 39, junio 1995. IAD/Junta de Andalucía.
- De Knopp, P. (1996). European Trends in Youth Sport: A Report from 11 European Countries. *European Journal of Physical Education*, 1, 36-45.
- Durán, J. y Pardo, R. (2006). Valores que transmite el deporte espectáculo en relación con el género y los medios de comunicación. *Tàndem. Didáctica de la Educación Física*, 21, 17 – 27.
- Eccles, J.S.; Barber, B.; Jozefowick, D.; Malenchuk, O. & Vida, M. (1999). Self-evaluations of competence, task, values and Self-esteem. In N.G. Jhonson, M.C. Roberts & J. Worell, (Ed.). *Beyond appearance. The new look of adolescents girls* (pp. 53-84). Washington D.C. APA
- Eccles, J.S.; Wigfield, A. & Schiefele, U. (1998). Motivation to Succeed. In W. Damon. (Series, Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of Child Psychology*, (Vol.3). *Social, emotional and personality development*. (5th ed. Pp. 1017-1094). New York: Wiley.
- Eccles, J. S., Jacobs, J. E., & Harold, R. D. (1990). Gender role stereotypes, expectancy seffects, and parents' socialization of gender differences. *Journal of Social Issues*, 46, 186-201.
- Fagot, Beverly I. and Mary D. Leinbach. 1993. "Gender Role Development in Young Children: From Discrimination to Labeling. *Developmental Review* 13:205-224.
- Feixas, A. (2004). Envejecimiento y perspectiva de género. En Barberá, E. y Martínez, I. (2004). *Psicología y Género*. Madrid: Pearson Educación.
- Fernández, E. (1995). *Actividad Física y Género: Representaciones diferenciadas en el futuro profesorado de educación Primaria*. Tesis Doctoral. UNED.
- Fernández, E.; Contreras, O.; Sánchez, F. y Fernández -Quevedo, C. (2003). Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud. *Revista ICD. Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación*. No 35. Consejo Superior de Deportes. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Madrid, 25-60.
- Fernández, E. (2007). Barreras para la práctica deportiva de las mujeres españolas durante la infancia y la juventud. *Adoz. Revista de Estudios de Ocio. Journal of Leisure Studies*, 31, 49-57.
- Fernández, E.; Sánchez, F. Y Salinero, J. J. (2008). Validación y adaptación de la escala PACES de "disfrute con la actividad física" para adolescentes españolas. *Psicothema*, 20(4), 890-895.
- Fredricks, J.A. & Eccles, J. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. In M.R. Weiss. (Ed.), *Developmental Sport and Exercise Psychology. A Lifespan Perspective* (pp. 145-164). Morgantown, WV: Fitness Information Technology-.
- Fredericks, J. A., & Eccles, J. S. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27, 3-31.
- Gill, D.L. (1993). Competitiveness and Competitive Orientation in Sport. In N.C. Singer, M. Murphey and L.K. Tennant (eds.). *Handbook in Research in sport Psychology*. (pp.314-327). New York. Macmillan.
- Girela, M. J. (2004). Las diferencias de género existentes en el conocimiento profesional docente del alumnado de la Facultad de Ciencias la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Granada. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Hargreaves, J. (1993): Problemas y promesa en el ocio y los deportes femeninos, en J.M. Brohm, et al. (1993): *Materiales de sociología del deporte* (pp.109-132) (J.I. Barbero, comp.). La Piqueta. Madrid.
- Instituto De La Mujer (2006). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas (1999-2005)*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer, Madrid.
- Jacobs, J. E., y Eccles, J. S. (1992). The impact of mothers' gender stereotypic beliefs on mothers' and children's ability perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 63,932-944.



AFRONTAMIENTO PSICOLÓGICO EN EL SIGLO XXI

- Katz, P.A. y Ksiansnak, K.R. (1994). Developmental aspects of Gender Role flexibility and tradicionalidad in middle childhood and adolescence. *Developmental Psychology*, 30(2), 272-282.
- Ley Orgánica para la Igualdad efectiva entre mujeres y hombres (BOE no 71 de 23/03/2007)
- Macias, M. V. y Moya, M. C. (2003). Estereotipos y deporte femenino. La influencia del estereotipo en la práctica deportiva de niñas y adolescentes. *Revista IcD. Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación*. No 35. CSD – Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Madrid, 65-95.
- Metheny, E. (1965). Symbolic forms of movement: The feminine image in sports, en E. Metheny, *Connotations of Movement in Sport and Dance*, Brown, Dubuque, IA, 43- 56.
- Miller, K. E., Barnes, G. M., Melnick, M. J., Sabo, D., & Farrell, M. P. (2002). Gender and racial/ethnic differences in predicting adolescent sexual risk: Athletic participation vs. exercise. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 436-450.
- Pieron, M.; Telama, R.; Almond, L. y Carreiro Da Costa, F. (1997). Lifestyle of Young Europeans: Comparative study, en Walkuski, J.; Wright, S. y Tan Kwang San, S. (eds), *World conference on Teaching, Coaching and Fitness Needs in Physical Education and the Sport Sciences*. AIESEP, Singapore. School of Physical Education, National Institute of Education, Nanyang Technological University. 403-415.
- Pieron, M. (2001). Participación de jóvenes europeos en actividades físicas y deportivas, actitudes hacia la escuela y la E. Física. Consecuencias pedagógicas, en Mazón, V. y cols.(eds), *Reflexiones y perspectivas de la enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar en el nuevo milenio*, Santander, A.D.E.F. Cantabria, 112-132.
- Sallis, J. F. y Patrick, K. (1994). Physical Activity Guidelines for Adolescents: Consensus Statement. *Pediatric Exercise Science*, 6, 302-304.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. España. Biblioteca Nueva.
- Smoll, F. (1991). Relaciones padres-entrenador: mejorar la calidad de la experiencia deportiva. En J. Williams (Ed.). *Psicología aplicada al deporte* (pp. 91-107). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Valls-Llobet, C. (1991). Aspectos de la morbilidad femenina diferencial. Informe de la situación. *Quadern Caps*, 16, 8-32.
- Vázquez, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales-Instituto de la Mujer.
- Veiga, O. (2004). Género, refuerzo social y actitud hacia el deporte como determinantes de la práctica de actividad física y deportiva en el tiempo de ocio de escolares adolescentes. Análisis de sus relaciones con el estado de salud percibida. Estudio sobre la población del municipio madrileño de Leganés. Tesis Doctoral. Universidad Politécnica de Madrid.
- Welk, G.J.; Woods, K. y Moors, G. (2003). Parental Influences on Physical Activity in children: an exploration of potencial mechanism. *Pediatric Exercise Science*, 15, 19-33.
- World Health Organization. (WHO), (1997). The Heidelberg Guidelines for promoting physical activity among Older Persons. *Journal of Aging and Physical Activity*, 5, 2-8.
- Weiss, M.R. (Ed.) (2004). *Developmental Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective*. Fitness Information Technology Inc.: Morgantown, WV.
- Welk, G.J., Woods, K. & Moors, G. (2003). Parental influences on physical activity in children: an exploration of potential mechanism. *Pediatric Exercise Science*, 15, 19-33.
- Wigfield, A., Eccles, J. S., Yoon, K. S., Harold, R. D., Arbreton, A., Freedman-Doan, C., et al. (1997). Changes in children's competence beliefs and subjective task values across the elementary school years: A three-year study. *Journal of Educational Psychology*, 89, 451-469.